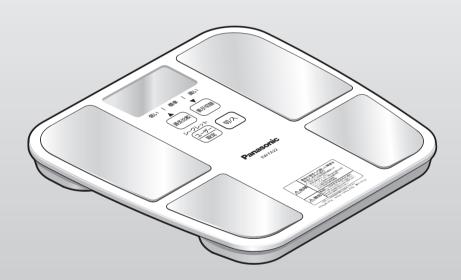
Panasonic®

取扱説明書

品番

家庭用　体組成バランス計　EW-FA22

このたびは、パナソニック製品をお買い上げいただき、まことにありがとうございます。
●取扱説明書をよくお読みのうえ、正しく安全にお使いください。
●ご使用前に「安全上のご注意」（6 ページ）を必ずお読みください。
●保証書は、「お買い上げ日・販売店名」などの記入を確かめ、
　取扱説明書とともに大切に保管してください。

この商品は海外では使用できません

保管用

保証書付き

W9030FA222　B0511-1012
Printed in China

家族のからだ管理、はじめましょう！

新機能 ダイエットが楽しく続く「ごほうびキラキラ」 10ページ

前回の測定より体重が減ったか増えたかを、視覚的な効果で表示します。
（※表示させないこともできます。）

はかる

1 測定前の準備

測定前の準備をしましょう。8ページ

2 マイデータを登録する

年齢、性別、身長を入力して個人のデータを登録します。

家族みんなで使える

4人分のデータまで登録できます

データをシークレットにできます

- 登録　最初はこちらから 10ページ
- データ変更 11ページ
- データ消去 11ページ
- シークレットにする 12ページ

4人以外の方も測れるゲスト機能もついてます！

個人データを登録しなくてもその都度データ登録して体重や体組成を測れます。
記録は残りません。 15ページ

3 測定する

全ての項目はもちろん、体重だけを測ることもできます。

あなたは何を知りたい？

- 体重のみ 15ページ
- 体組成すべて 15ページ
  - ○体重
  - ○体脂肪率
  - ○内臓脂肪レベル
  - ○皮下脂肪率
  - ○基礎代謝
  - ○BMI
  - ○筋肉レベル
  - ○骨レベル
  - ○体組成年齢
  - ○バランス年齢

体組成とは

体を構成する筋肉や脂肪、骨などの組織のことをいいます。自分の体の体組成を正しく理解し、管理に役立てましょう。

4 結果の確認

16ページ

測定結果を確認します。

5 過去と比較する

17ページ

最初に登録したデータと比べて増減を確認できます。

結果がでたら

結果のみかた 18ページ

18ページ

標準と比べると、自分の結果はどうだったのでしょうか？
どの項目が良くてどの項目が悪かったのか
自分のトータル結果を確認してみましょう！

アドバイス

「結果のみかた」で評価した数値に対して
気になった項目のページを開いてアドバイスを見てみましょう。
また、普段から気になることがある場合も
アドバイスを見て今後の生活習慣改善などに役立てましょう。

もくじ

はじめに

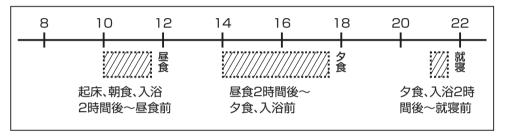
使う前に必ずお読みください

測定するときの３つのお願い

正確な数値が出ないことがありますので必ずお守りください。

1 測定する時間を決める

計測値は朝夕、また体内の水分量によって変わりますので、下図を参考にして毎日同じ時間帯に測定しましょう。

測定におすすめの時間帯：▨（生活習慣によらず体が安定しているため）

2 素足でのる（靴下などをはかない）

3 平らな床面で使用する

<u>畳やじゅうたんなどの柔らかい床面で使用しない。</u>

測定の年齢範囲について

●９才以下および８１才以上の方の体組成については、下表をご確認ください。
●17才以下の方の内臓脂肪レベル、体組成年齢、基礎代謝、筋肉レベル、皮下脂肪率、骨レベルは表示されません。

<table>
<tr><th></th><th>9才以下</th><th>10～17才</th><th>18～80才</th><th>81才以上</th></tr>
<tr><td>年齢測定範囲</td><td>0才</td><td>10才</td><td>18才</td><td>80才</td></tr>
<tr><td>体重</td><td>そのまま測定できます</td><td rowspan="4">そのまま測定できます</td><td rowspan="5">そのまま測定できます</td><td>そのまま測定できます</td></tr>
<tr><td>体脂肪率</td><td rowspan="3">年齢入力できません
年齢を10才と登録
して測定できます</td><td rowspan="4">年齢入力できません
年齢を80才と登録
して測定できます
（体組成は目安となります）</td></tr>
<tr><td>バランス年齢</td></tr>
<tr><td>BMI</td></tr>
<tr><td>その他の体組成</td><td>測定不可</td><td>測定不可</td></tr>
</table>

次のような場合、本来の測定値と大きな差がでることがあります

・汗をかいたり食事をすると体内の水分が変化し、正しく測れないことがあります。
・水分の摂取や入浴などによって、体脂肪率・筋肉レベルの測定に差がでます。

多量の水分摂取後や食後

激しい運動直後

サウナや入浴後

寝起き

多量の飲酒後

肌が乾燥しているとき

下痢や体調の悪いとき

かかとの表面(角質層)が固いとき

測定場所の気温や湿度が極端に高いとき(またはその逆も)

次のような方は本来の測定値と大きな差がでることがあります

日々の変化をチェックする目的でお使いください

- ●成長期の児童
- ●高齢者や閉経以降の女性
- ●むくみのひどい人
- ●妊娠中の人
- ●風邪などで発熱中の人
- ●人工透析患者
- ●骨の密度が非常に低い骨粗しょう症患者
- ●ボディビルダーやスポーツを職業にしている人(それに近い人も含む)

ご使用上のご注意

- ●マイクロ波治療器や携帯電話などを本体近くで使用しないでください。
- ●湿気の多い場所、水のかかる場所、直射日光のあたる場所、空調機の風が直接あたる場所や火気のそばには置かないでください。
- ●高温、低温、高湿、振動場所では使用しないでください。
- ●体組成と体重を測定する目的でのみご使用ください。
- ●本製品は精密機器です。落としたり、振動を与えたり、強いショックを与えないでください。
- ●重い物をのせたまま保管しないでください。

安全上のご注意 （必ずお守りください）

人への危害、財産の損害を防止するため、必ずお守りいただくことを説明しています。

■誤った使い方をしたときに生じる危害や損害の程度を区分して、説明しています。

区分	内容
⚠危険	「死亡や重傷を負うおそれが大きい内容」です。
⚠警告	「死亡や重傷を負うおそれがある内容」です。
	「軽傷を負うことや、財産の損害が発生するおそれがある内容」です。

■お守りいただく内容を次の図記号で説明しています。（次は図記号の例です）

	してはいけない内容です。		実行しなければならない内容です。

⚠危険

禁止	●下記のような医用電気機器との併用は絶対にしない。 (1)ペースメーカーなどの体内植込み型医用電気機器 (2)人工心肺などの生命維持用医用電気機器 (3)心電計などの装着型医用電気機器 上記機器が誤動作をおこし、事故や身体への著しい障害をまねくおそれがあります。

⚠警告

必ず守る	●減量や運動療法などのために本器を目安に使う場合は医師か専門家の指導を受ける。 自己診断は健康を害する原因になります。
禁止	●タイルなど、すべりやすいところで使用しない。 ●本体の端部にはのらない。 ●体や足、本体表面がぬれたままで使用しない。 すべって転倒し、けがをする原因になります。
分解禁止	●絶対に改造・分解・修理しない。 事故や、トラブル、故障のおそれがあります。

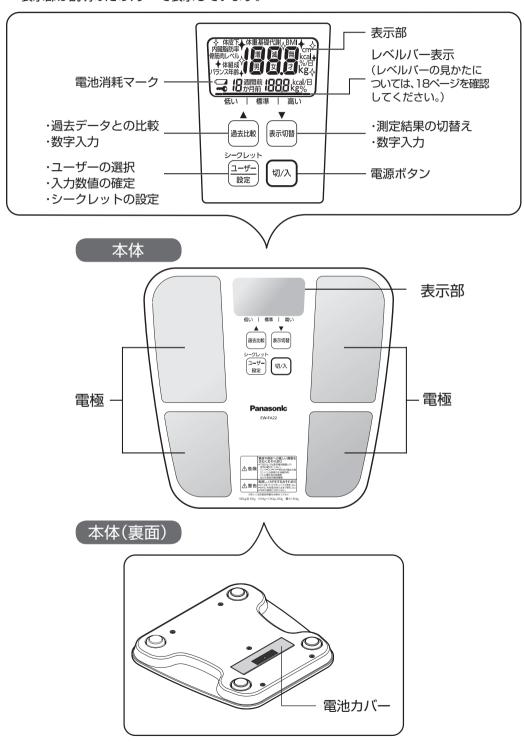
⚠注意

必ず守る	●体の不自由な方が使用するときは、周りの方が注意する。 守らないと踏み外し、けがの原因になります。 ●乳幼児が触らないように保管する。 （万一乾電池などを飲み込んだ場合は、直ちに医師に相談する） 守らないと事故やけがの原因になります。
禁止	●業務用（病院など）には使用しない。 本器は家庭用です。業務用に要求されている機能は備えていません。 ●本体の周囲のすき間や穴から、指や針金などを差し込まない。 けがや故障の原因になります。

※お読みになった後は、お使いになる方がいつでも見られるところに必ず保管してください。

各部のなまえ

商品をご確認ください。

※製品および部品の仕様は、予告なく変更する場合があります。

STEP1 測定前の準備

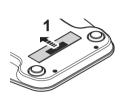
乾電池を入れる

乾電池は、付属していません。販売店でお買い求めください。
パナソニックアルカリ乾電池のご使用をおすすめします。（単4形乾電池　LR03×4本）
また、エボルタ単4形乾電池、エボルタ単4形充電式電池も使用できます。

乾電池は別途お買い求めください。（単4形アルカリ乾電池　LR03×4本）

1 本体を裏返し、電池カバーの▭のところを軽く押しながら矢印の方向にスライドさせて**はずす**

2 乾電池の⊕⊖を確認し**入れる**

3 電池カバーをスライドさせながら**閉める**

⚠ 注意

- ●乾電池に表示してある注意内容を必ず守る。
- ●乾電池の⊕⊖を確かめ、正しく入れる。
- ●使用推奨期限内の乾電池を使用する。
- ●長期間使用しないときは、乾電池を取り出しておく。
- ●使い切った乾電池は、すぐに取り出す。

守らないと乾電池の発熱、破裂、液漏れによるけがや周囲汚損の原因となります。

電池寿命と交換のめやす

● 電池寿命は約1年です。
（パナソニックアルカリ乾電池[単4形乾電池　LR03×4本]で1日1回4人分使用[室温23℃]とした場合）
- アルカリ乾電池以外の乾電池を使用すると、寿命が短くなる場合があります。
- 室温が低いと、乾電池の寿命が短くなる場合があります。

● 乾電池が消耗していると、表示部に電池消耗マークおよび「U01」が点灯します。電池交換は必ず同じメーカー（同じ種類）の新しい乾電池を4本同時に行ってください。
・使用済みの乾電池は分別廃棄してください。

本体を設置する

● 木製の床など、固めの場所に水平に置きます。
次の場所には置かないでください。測定値に誤差が出る原因になります。
- 傾斜した床
- じゅうたんなど柔らかい床

お住まいの地域を設定する

緯度によって異なる重力加速度の影響を補正し、正確に測定できるように設定します。

地域を設定する

1

切/入を押す

※ 画面の「A」は地域を意味する記号です。

2 ▲過去比較または▼表示切替を押して、

下記の表の地域番号を選ぶ

お住まいの地域	選ぶ番号
北海道 青森県 岩手県 秋田県 宮城県 山形県 福島県 茨城県 栃木県 新潟県 富山県 石川県	1
上記以外	2

1地区
2地区

3 シークレット ユーザー設定を押す

選んだ番号が点灯し、地域が確定します。
30秒後に自動的に電源が「切」になります。

地域を変更する

1 切/入を押す

【全点灯】　【準備中】

2 ▲過去比較を3秒以上押す

「CLr」が点滅

3 シークレット ユーザー設定を押す

地域が消去されます。

「CLr」が点灯

3秒後に自動的に電源が「切」になります。

4 切/入を押して、

上記の手順で地域を再設定する

STEP2 マイデータを登録する

ユーザーデータを登録する

測定する人の年齢、性別、身長をあらかじめ登録します。登録しなくても測定はできますが、登録しておくと次回から入力の手間が省け、毎日の測定に便利です。
登録は4人まで可能です。4人以外もゲストで測定できますが、測定値の記録はできません。

- 工場出荷時は、初期値として「30才、160cm」が登録されています。
- 設定中にやり直すときは、電源ボタンを押して電源を「切」にし、もう一度最初から入力してください。
- 設定中に電源を切ったときは、もう一度最初から入力してください。

ここでは、ユーザー番号「3」に「35才／女性／162cm」を設定する手順を説明しています。

1 切/入 を押す

【全点灯】　【準備中】

※「0.0kg」が表示されてから、操作を行ってください。

2 シークレット ユーザー設定 を繰り返し押して、登録したいユーザー番号を選ぶ

3 ▲過去比較 または ▼表示切替 を押して「年齢」を合わせ、シークレット ユーザー設定 を押して登録

4 「性別」も上記の「年齢」と同じ手順で登録

5 「身長」も上記の「年齢」と同じ手順で登録

6 「ごほうびキラキラ」の表示条件を登録する
(※1 下記参照)

▲過去比較 または ▼表示切替 を押し、「増」「減」「無」を選択する

増：体重が増えたときに表示
減：体重が減ったときに表示
無：「キラキラ」を表示させない

7 シークレット ユーザー設定 を押して、すべての登録が完了

登録した内容が順に表示され、設定終了です。

8 このまま測定する場合→14ページを参照して、測定してください。

※操作がない場合は、60秒後に自動的に電源が「切」になります。

(※1)「ごほうびキラキラ」機能とは

前回の測定より体重が減ったか増えたかを、視覚的な効果「キラキラマーク(✦✧)」で表示させることができます。

前回値より
・300g～500g未満の変化があると「キラキラ」
・500g以上の変化があると「キラキラキラ」
と2段階で表示されます。
※体重が「増えたときに表示」「減ったときに表示」「表示しない」を選択することができます。

毎日の測定を楽しく続けていただくための機能です。
※体重のみの機能です。
その他の項目はキラキラ表示されません。

ユーザーデータの変更と消去

登録したユーザーデータの変更と消去を行うことができます。

登録したユーザーデータを変更する

ここでは、ユーザー番号「3」に登録されているデータの年齢を「30才」に変更する手順を説明しています。

- 過去の測定値は、変更したユーザーデータには反映されません。
- 変更後の測定値より、新しいデータで体組成の計算を行います。

1 切/入 を押す

【全点灯】　【準備中】

2 シークレット ユーザー設定 を繰り返し押して、登録したいユーザー番号を選ぶ

3 もう一度 シークレット ユーザー設定 を3秒以上押す

4 ▲過去比較 または ▼表示切替 を押して「年齢」を合わせ シークレット ユーザー設定 を押して登録

5 「性別」「身長」「ごほうびキラキラ」も同様に登録する

登録した内容が順に表示されます。
「0.0kg」と表示されたら、登録終了です。

登録したユーザーデータを消去する

過去のデータも同時に消去されます。ご注意ください。

1 上記の「登録したユーザーデータを変更する」の手順**1～3**を行う

2 ▲過去比較 と ▼表示切替 を同時に押す

「CLr」が点滅

3 シークレット ユーザー設定 を押す

「CLr」が点灯

ユーザーデータが消去され、初期値に戻ります。
3秒後に自動的に電源が「切」になります。

STEP2 マイデータを登録する(つづき)

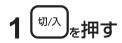
シークレットモードの設定（変更）と消去

あなたの登録データに暗証番号を設定し、他の人に見られないようにできます。

暗証番号を登録する

登録できる暗証番号は2桁数字で、01～99までの99通りです。(00は設定できません。)
ここでは、ユーザー番号「3」に「32」を設定する手順を説明します。

1 切/入を押す

【全点灯】　【準備中】

2 シークレット ユーザー設定を押して、ユーザー番号を選ぶ

3 ▲過去比較と▼表示切替を同時に押す

「🔑」が点滅

4 1の位の数字を ▲過去比較または▼表示切替で合わせる

5 シークレット ユーザー設定を押す

1の位の数字が確定します。

6 10の位の数字を ▲過去比較または▼表示切替で合わせる

7 シークレット ユーザー設定を3秒以上押すと、設定完了

シークレットモードを設定しているユーザーには、常に「🔑」が点灯します。

暗証番号を変更・消去したい または、忘れた場合

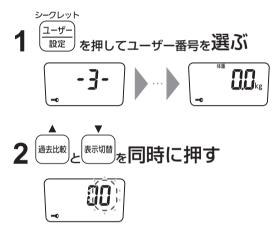
暗証番号を消去し、再設定してください。過去データは消去されません。
ここでは、ユーザー番号「3」を例にした手順を説明します。

1 シークレット ユーザー設定 を押してユーザー番号を**選ぶ**

2 ▲過去比較 と ▼表示切替 を**同時に押す**

3 もう一度 ▲過去比較 と ▼表示切替 を**同時に押す**

「🔑」と「CLr」が点滅します。
※10の位が点滅しているときでも操作できます。

4 シークレット ユーザー設定 を**押す**

「🔑」と「CLr」が点灯し、3秒後に電源が切れます。

暗証番号を変更する場合は、「暗証番号を登録する」（12ページ）で再度登録してください。

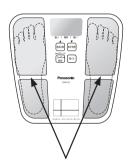
STEP3 測定する

乗り方のポイント

●本体に素足でのる

- 靴下やストッキングをはいて測定しないでください。
  はいていると「U11」（エラー）が出たり、測定値に誤差が出る原因になります。

- 足裏が乾燥しているときは、
  軽く濡らしたタオルなどで足裏を少し湿らせてからのってください。

●足を置く位置に気をつける

- 片側2つの電極に足の裏を接触させる
- 使う人によって、本体から指先やかかとが出る場合がありますが、測定精度には影響しません。
  ※ただし、指先やかかとが床につかないようにしてください。

電極の中心に足の裏の中心を合わせる

⚠警告

●本体の端部にはのらない。
転倒してけがをするおそれがあります。

●まっすぐの姿勢を保つ

- 測定完了まで約10秒間、姿勢を保ってください。
- 体を動かすと「U14」（エラー）が出たり、測定値に誤差が出る原因になります。

「0.0kg」が表示される前のご注意
●準備完了合図「0.0kg」が表示される前に、本体にのったり、本体を動かしたりすると、「U13」（エラー）が出たり、測定値に誤差が出る原因になります。 ●「0.0kg」が表示される前に本体にのると、体重を含んだ状態が「0.0kg」となり、体重測定できません。

体重だけを測定する

体重だけを測定することもできます。

1 切/入 を押す

全点灯、「CAL」(準備中)マークの後に、「0.0kg」が表示されるまで待ってください。

2 ユーザーを選択せずに、本体に静かにのる

体重が表示されます。

体重、バランス年齢、体組成を測定する

体重や体組成などをまとめて測定します。一度に、体重、体脂肪率、内臓脂肪レベル、皮下脂肪率、基礎代謝、BMI、筋肉レベル、骨レベル、体組成年齢、バランス年齢が測定できます。

1 切/入 を押す

全点灯、「CAL」(準備中)マークの後に、「0.0kg」が表示されるまで待ってください。

2 ユーザー登録している場合

1. シークレット ユーザー設定 を押して、ユーザー番号を選ぶ

登録されている内容が表示され、「0.0kg」が表示されます。

ユーザー登録していない場合

1. シークレット ユーザー設定 を押して、ユーザー番号を選ぶ
2. 「年齢」、「性別」、「身長」、「ごほうびキラキラ」を登録する

「ユーザーデータを登録する」の手順**3**～**6**を参照してください。(10ページ参照)

ユーザー登録しないで測定する場合

※測定ごとに登録が必要です。データは記録されません。

1. シークレット ユーザー設定 を押して、「-0-」を選ぶ
2. 「年齢」、「性別」、「身長」を登録する

「ユーザーデータを登録する」の手順**3**～**5**を参照してください。(10ページ参照)

ゲストで測定する場合は、前回の測定値がないため、「ごほうびキラキラ」機能は使用できません。

3 本体にのり、まっすぐに立つ

4 測定する

体重 → バランス年齢 → 体組成

と自動で測定が始まります。

測定完了まで動かないで姿勢を保ってください。(約10秒間)

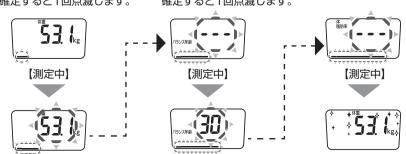
※測定中に体を動かすと、「U14」(エラー)が出たり測定値に誤差が出る原因になります。

測定中の表示の変化(約10秒間)

● 体重の測定 確定すると1回点滅します。

● バランス年齢の測定 確定すると1回点滅します。

● 体組成の測定

【測定中】 【測定完了】

※「ごほうびキラキラ」を設定している場合は、測定完了時に表示されます。

【測定完了】 すべての測定が完了

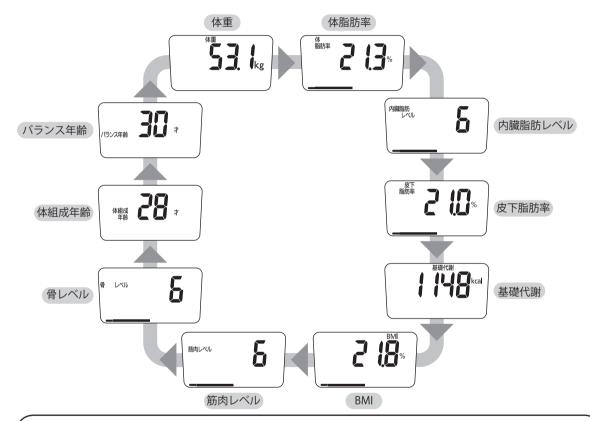
測定する

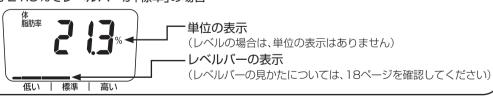
STEP4 結果の確認

測定結果を確認する

測定した結果を項目ごとに表示し、確認することができます。
各項目の内容については、「結果がでたら」(18ページ～)の該当項目を参照してください。

表示切替を押すごとに表示が切り替わります。

体重 53.1kg
体脂肪率 21.3%
内臓脂肪レベル 6
皮下脂肪率 21.0%
基礎代謝 1148kcal
BMI 21.8
筋肉レベル 6
骨レベル 6
体組成年齢 28才
バランス年齢 30才

表示部の見かた

● 体脂肪率が21.3%でレベルバーが「標準」の場合

基礎代謝の表示について

2000 ～ 2999kcal の場合、千の位は、数字の「1」が点滅して表示します。
例えば、2158kcal の場合、下記のように表示します。

STEP5 過去と比較する

過去の測定値と比較する

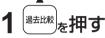
体重や体組成の最新の測定値と過去データを比較することができます。

▲過去比較を押すごとに履歴が下記のように切り替わります。

「1週間前」→「2週間前」→「3週間前」→「1か月前」→「2か月前」→「3か月前」→「6か月前」→「12か月前」→「今日」

※履歴データがない場合は「- - -」表示となります。

測定後、電源「入」状態から過去データを確認する

1 ▲過去比較を押す

※今月測定をしていない場合は「---」表示となります。

2 ▼表示切替で見たい項目を表示させる

※ボタンを押すごとに、他の項目が表示されます。

電源「切」状態から過去データを確認する

1 切/入を押す

【全点灯】 【準備中】

2 シークレット ユーザー設定を押して、ユーザー番号を選ぶ

3 左記手順の**1**、**2**を行う

暗証番号を登録したユーザーの過去データを確認する

暗証番号で保護されているユーザーが過去データを表示するには、暗証番号の入力が必要です。
ここでは、ユーザー番号「3」で暗証番号「32」が設定されている手順を説明します。

1 シークレット ユーザー設定を押してユーザー番号を選ぶ

2 ▲過去比較を押す

3 「暗証番号を登録する」(12ページ)の手順**4**～**6**で暗証番号2桁を入力する

4 シークレット ユーザー設定を押す

2桁の数字が暗証番号と合えば、データが表示され、1週間前～12か月前までのデータを見ることができます。

● 過去の比較データは平均値

過去比較の過去のデータは、1週間前～12か月前の対象となる日と、その前後3日間の平均値になっています。
これは、食べ過ぎによる一時的な変化や、測定を忘れたことによるデータ欠けを防ぐためです。

● 1日に2回以上測定したときは・・・

記録される値は1日に1つだけです。
同じユーザー番号で1日に2回以上測定すると、最後に測定した値が記録されます。
・本体には、過去のデータを記録するためにタイマーを内臓しています。
・乾電池を入れた時、本体のタイマーが自動的にスタートし、時間を刻みます。(※日付と時刻は表示されません。)

● 電池交換したときは・・・

乾電池を外した状態でも、過去データを記録しています。
そのため、電池交換をした場合でも、電池を外したときと同じ情報で比較することができます。

結果がでたら

結果のみかた

下記の表を参考にしてそれぞれの数値の判定をしましょう。また、次ページのように具体的な数値結果をまとめることによって今後の体管理の参考にできます。

主な項目の基準値

測定項目		低		標準		高	
体重(kg)		※BMIからの逆算にて決定　=BMI×身長(m)×身長(m)					
体脂肪率(%)	男性	5.0～7.5未満	7.5～10.0未満	10.0～15.0未満	15.0～20.0未満	20.0～25.0未満	25.0以上
	女性	5.0～15.0未満	15.0～20.0未満	20.0～25.0未満	25.0～30.0未満	30.0～35.0未満	35.0以上
内臓脂肪レベル(レベル)				1～5未満	5～10未満	10～15未満	15以上
皮下脂肪率(%)	男性	5.0～6.8未満	6.8～8.6未満	8.6～12.7未満	12.7～16.7未満	16.7～20.7未満	20.7以上
	女性	5.0～14.5未満	14.5～18.5未満	18.5～22.5未満	22.5～26.7未満	26.7～30.8未満	30.8以上
基礎代謝量(kcal/日)	男性	※性別および身長などにより数値が異なります。(下記参照)					
	女性						
BMI(0.1刻み)		～14.5未満	14.5～18.5未満	18.5～22.1未満	22.1～25.0未満	25.0～30.0未満	30.0以上
筋肉レベル(レベル)		1,2	3,4	5,6	7,8	9	10
骨レベル(レベル)		1,2	3,4	5,6	7,8	9	10

※測定値の基準は、当社調べによるものです。

基礎代謝量基準値と基礎代謝量

厚生労働省:日本人の食事摂取基準(2010年度版)

年齢(才)	男性			女性		
	基礎代謝基準値(kcal/kg体重/日)	基準体重(kg)	基礎代謝量(kcal/日)	基礎代謝基準値(kcal/kg体重/日)	基準体重(kg)	基礎代謝量(kcal/日)
10～11	37.4	35.5	1,330	34.8	34.5	1,200
12～14	31.0	48.0	1,490	29.6	46.0	1,360
15～17	27.0	58.4	1,580	25.3	50.6	1,280
18～29	24.0	63.0	1,510	22.1	50.6	1,120
30～49	22.3	68.5	1,530	21.7	53.0	1,150
50～69	21.5	65.0	1,400	20.7	53.6	1,110
70以上	21.5	59.7	1,280	20.7	49.0	1,010

※この基準値は目安です。本商品は個人の体組成結果をもとに基礎代謝を算出しています。

結果が出てからの流れ

上記の表を参照してすべての数値判定をしましょう ▶ 次ページを参照して総合判定を出してみましょう ▶ 気になる項目がわかったらアドバイスページを参照して今後の生活習慣を見直してみましょう

アドバイス

●体組成年齢でからだの総合判定をしましょう

体組成とは？

体を構成する組成分で、脂肪・筋肉・骨などがあります。体重や体脂肪だけでなく、基礎代謝や内臓脂肪レベル、筋肉レベルといった「体組成」の状態をチェックすることで、より効果的な健康管理ができます。

体組成の結果がでたら、前ページを参照して具体的な結果を見ていきましょう。
また、数値が気になった項目は、アドバイスを見て改善を心がけましょう。

（例）
A子さん

実年齢：30才
身長　：158cm
体重　：54.8kg　の場合

BMI＝22.0
【体重(kg)÷身長(m)÷身長(m)】

判定結果	実年齢より若い	標準	実年齢より高い
	体組成年齢　25才	体組成年齢　30才	体組成年齢　35才
数値結果	↑基礎代謝 1213kcal ↑筋肉レベル 9 ↑骨レベル 9 －内臓脂肪レベル4 ↓体脂肪率 19.6% ↓皮下脂肪率 17.8%	↑基礎代謝 1154kcal －骨レベル 8 －体脂肪率 24.2% －筋肉レベル 8 －皮下脂肪率 22.3% －内臓脂肪レベル4	↑体脂肪率 28.8% ↑内臓脂肪レベル5 －皮下脂肪率 26.7% ↓骨レベル 7 ↓基礎代謝 1095kcal ↓筋肉レベル 7

↑標準以上　－標準　↓標準以下

判定基準	基礎代謝が高く、体脂肪率が低いため実際の年齢より若い結果になりました。 また、エネルギーを消費する筋肉レベルが高いので太りにくい体質でもあります。	実年齢どおり標準的な体組成です。	基礎代謝が低く、体脂肪率が高いため実際の年齢より高い結果になりました。 また、エネルギーを消費する筋肉レベルが低いので太りやすい体質でもあります。

●バランス年齢

バランス年齢とは？

こんなかたは要チェック ☞ 姿勢が気になる

バランスの良し悪しをみることができる数値です。姿勢や体を支える筋力の目安になります。

姿勢が悪くなる原因

無意識のうちに行っている行動のクセ、あなたはしていませんか？下記項目が当てはまる人は要注意です。

姿勢を悪くするクセ、あなたはしていませんか？

チェック

- □ 立ち姿をあまり意識しない
- □ 椅子に座るとき足を組む
- □ 床に座るとき斜め座りをする
- □ テレビを見るとき横になって寝転がる
- □ かばんを持つ手やかける肩が決まっている
- □ 靴底の減りが左右で違う

数値が悪いとどうなるの？

体のアンバランスは外見にも内面にも影響を与える原因になります。重心が偏っていると、筋肉や脂肪の付き方も偏ってクセのある体型になってしまいます。また、偏った体で内臓を圧迫していることもあります。

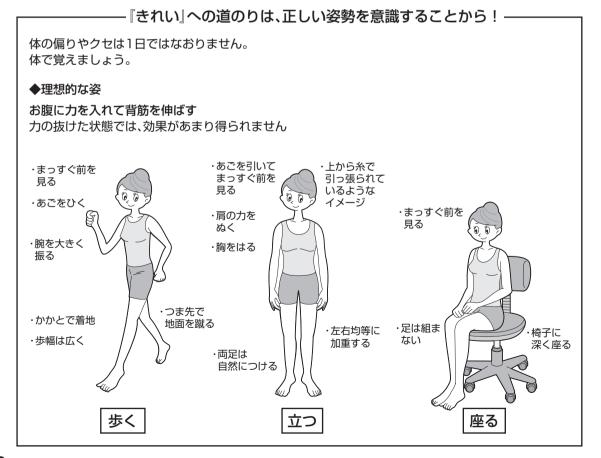
改善ポイント

骨盤まわりの筋肉をほぐして鍛えることが効果的です。
骨盤まわりの筋肉は、脊椎を支える重要な働きをしていると言われています。弱ってくると、脊椎が支えられなくなり、猫背になったりして姿勢が悪くなることもあります。
また、内臓やお尻を支える筋肉も弱り、ぽっこりお腹やたれ尻の原因にもなります。

『きれい』への道のりは、正しい姿勢を意識することから！

体の偏りやクセは1日ではなおりません。
体で覚えましょう。

◆理想的な姿

お腹に力を入れて背筋を伸ばす
力の抜けた状態では、効果があまり得られません

●体脂肪率、皮下脂肪率、内臓脂肪レベル

体脂肪率とは？

こんなかたは要チェック ☞ からだを引き締めたい

体脂肪率とは、体重のうち、体脂肪の重さが占める割合です。主な体脂肪には、皮下脂肪と内臓脂肪があげられます。

皮下脂肪率とは？

こんなかたは要チェック ☞ お腹などの脂肪が気になる

皮下脂肪率とは、体重のうち、皮下脂肪の重さが占める割合です。皮下脂肪はお腹、二の腕、お尻、太ももにつきやすく、必要以上の蓄積は、プロポーションのくずれの原因になります。

内臓脂肪レベルとは？

こんなかたは要チェック ☞ 生活習慣病が気になる

内臓のまわりについている脂肪がどのくらいのレベルかを表示します。
内臓脂肪レベル「10」は、およそ内臓脂肪面積100㎠に相当します。
生活習慣病との関係が深いことが分かってきた内臓脂肪を低いレベルで保つことが管理の大きなポイントです。

体型がくずれる原因

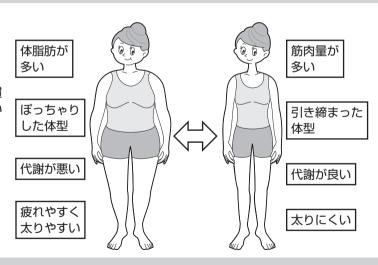
シェイプアップは、日頃からの積み重ねが必要です。適度な運動はもちろん生活習慣を見直してみましょう。
下記項目が当てはまる人は要注意です。

こんなことが原因

チェック

- □ 不規則な生活をしている
- □ 脂っこい食事が好き
- □ 菓子類やアルコールが好き
- □ 運動不足
- □ 食べすぎ、偏食
- □ 無理なダイエットを繰り返している
- □ 食事のスピードが速い

数値が悪いとどうなるの？

同じ身長・体重でも見た目が違って見えます。
（右図参照）
また、心臓病、高血圧症、糖尿病、癌、脂質異常症の生活習慣病になりやすいといわれています。

改善ポイント

体型が気になる方は定期的に数値を測り理想的な数値を目指しましょう。

適度な運動をすることや、基礎代謝量（23ページ参照）を増やして太りにくい体質にすることも大切です。

肥満にもタイプがあるの？

あなたのタイプは？
体脂肪が体のどこについているかによって内臓脂肪と皮下脂肪に分けられます。

仰向けになって、へその左右を指でつまんで・・・

□ 皮膚しかつまめなかったら

□ 脂肪ごとつかめたら

リンゴ型肥満（内臓脂肪型肥満）

上半身型肥満ともいい、腹部に脂肪が多くなる肥満で、男性に多い。
生活習慣病になりやすい体型なので注意が必要です。

お腹が出ていなくても、「かくれ肥満」の場合もあります。

内臓脂肪は・・・
比較的容易につきやすく、比較的容易にとれやすい性質なので、食事の内容を見直し運動を心がけ、メタボリックシンドロームにも気をつけましょう。

洋ナシ型肥満（皮下脂肪型肥満）

下半身型肥満ともいい、お腹まわり、二の腕、お尻、太ももに脂肪が多くなる肥満で、女性に多い。

皮下脂肪は・・・
一度ついたらなかなかとれない性質なので、減らすには時間がかかります。
ダイエットを始めましょう。

メタボリックシンドローム診断基準

内臓脂肪の蓄積と、3つの項目のうち2つ以上を満たすとメタボリックシンドロームと診断されます。
健康診断の数値などと合わせて確認しましょう。

必須項目
内臓脂肪（腹腔内脂肪）蓄積 ウエスト周囲径・・・ 男性：85cm以上 女性：90cm以上 （内臓脂肪面積 男女とも：100cm²以上）

3つの項目のうち2項目以上
高トリグリセリド血症：150mg/dL以上 かつ／または 低HDLコレステロール血症：40mg/dL未満
収縮期（最大）血圧：130mmHg以上 かつ／または 拡張期（最小）血圧：85mmHg以上
空腹時高血糖：110mg/dL以上

日本肥満学会肥満症診断基準検討委員会の報告によると、内臓脂肪面積が100cm²を越えると生活習慣病の危険性が高まると指摘されています。

「メタボリックシンドローム診断基準検討委員会」による。

●基礎代謝、筋肉レベル

基礎代謝とは？

こんなかたは要チェック ☞ 体力がなくなってきた

基礎代謝とは、呼吸をする、心臓を動かす、体温を保つなど、生命維持に必要なエネルギーのことで、寝ている時にも消費されます。基礎代謝量が増えると、太りにくい体質になります。

筋肉レベルとは？

こんなかたは要チェック ☞ お腹まわりが気になる

筋肉レベルは、体重のうち、体を動かす筋肉が占める割合です。エネルギーを多く消費してくれる筋肉が多いと、太りにくい体質ともいえます。

疲れやすくなる原因

原因は筋肉の衰え。年齢とともに筋肉は落ちて、体を支える力が弱まります。筋肉が落ちると基礎代謝も悪くなり、体力が落ちて疲れを感じやすくなります。

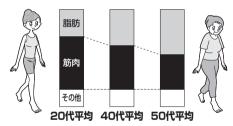
最近、こんなこと感じていませんか

チェック

- □ 体のラインが変わってきた
- □ 体力の低下を感じる
  - □ 走ったとき
  - □ 階段を上がったとき
  - □ スポーツをしたとき
  - □ 重いものを持ったとき
  - □ 子供と遊んだとき
  - □ すぐに息が上がる
  - □ 寝ても疲れがとれない

数値が悪いとどうなるの？

日常生活を送るうえで、首、背中、お尻、太ももの筋肉はとても重要です。どんなに筋肉がついていた人でも、トレーニングなどをしっかりしなければ筋肉を維持することはできません。胸が下がってきたり、お尻がたれてきたと感じるのは、支える筋肉が落ちてくるためにおこる現象の１つです。

また、活動量が減ると筋肉が細くなって、衰えた筋肉のすき間に脂肪がつくのです。基礎代謝も個人差だけでなく、２０代前半をピークに歳を重ねるごとに減っていき、余剰エネルギーが、体に蓄積されやすくなってしまいます。
血液の循環が悪くなって、疲れやすく、体の機能の低下につながることも。

体組成の構成は、年とともに変化！

改善ポイント

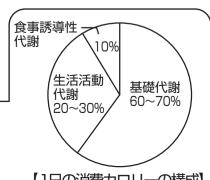
筋肉を鍛えましょう。太りにくく、痩せやすい体になるためには、基礎代謝を上げる＝筋肉を鍛えることが大切です。筋肉は体の中で１番多くエネルギーを消費するので、鍛えると脂肪燃焼につながります。

消費カロリー ＞ 摂取カロリー

消費カロリーが摂取カロリーを上回っていれば、シェイプアップにつながります。

- ･基礎代謝　：生命を維持するために必要なエネルギー
  寝ているときにも消費される
- ･生活活動代謝　：日常、体を動かすことにより消費されるエネルギー
- ･食事誘導性代謝：食事をすることで消費されるエネルギー

【1日の消費カロリーの構成】

● BMI

BMIとは？ こんなかたは要チェック ☞ お腹まわりが気になる

BMIとは「Body Mass Index」の略で、肥満度を示す国際的な基準です。
登録された個人データの身長と測定した体重から算出します。理想的なBMI値は「22」です。

BMI＝体重（kg）÷身長（m）÷身長（m）

肥満になる原因

食べすぎ、偏食、運動不足、ストレス、喫煙、飲酒（飲みすぎ）などが該当します。
下記項目が当てはまる人は要注意です。

あなたは大丈夫？

チェック

- □ 食事は満腹になるまで食べる
- □ 間食をよく摂る
- □ 濃い味付けが好き
- □ 緑黄色野菜をあまり食べない
- □ 甘いものが好き
- □ 運動習慣が無い
- □ お酒を飲むことが多い
- □ タバコを吸っている

改善ポイント

◇運動が続けられるのは、運動する人の心構え次第

ちょっとした工夫で
できる運動
今日から始めましょう

・出かけるときは、バス停の1つ手前で降りるなど、目的地まで少しでも歩く
・エレベーターやエスカレーターを使わず、階段を使う
・買い物には、自転車を使ったり、歩いて行く

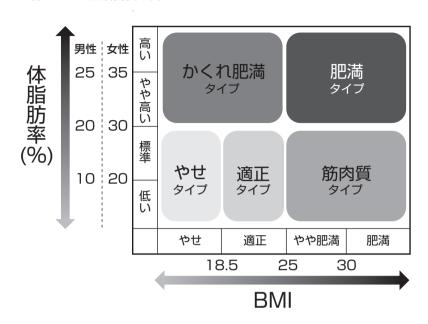
◇有酸素運動が効果的・・・無理なくできるウォーキングを上手に取り入れて！

正しいウォーキングの仕方

姿勢：あごを引いて背筋を伸ばし、腕を大きく振る
速さ：いつもより速足でリズミカルに
歩幅：慣れたら歩幅を半歩広く

歩くと酸素をより多く取り入れることとなり、体の中の血液の流れが良くなって、体力アップや健康促進につながります。

体脂肪率とBMIによるからだの分類

体脂肪率とBMIの数値によって体のタイプを知ることができます。
次の５つのタイプ別によって生活習慣を変えていきましょう。

適正タイプ

健康的でバランスのとれた体です。栄養バランスの良い食事と適度な運動を続けて、現状を維持してください。

やせタイプ

見た目がかなりやせています。適度な脂肪は、健康な体に必要なものです。運動量に比べて、摂取カロリーが低いと考えられますが、適度な運動を取り入れると食欲が増進し、筋肉が増えるので体重増加に効果があります。

かくれ肥満タイプ

体重は標準以下であっても、体脂肪の割合の多いタイプです。このままでは、健康を害してしまうかもしれません。見た目からはわかりませんので、本人にも自覚がないことが多いのもこのタイプです。運動不足や、減量食で極端なダイエットを繰り返したりすると、食べる量は多くなくてもカロリーが脂肪に変わりやすくなってしまいます。バランスの良い食事をしっかりとり、運動の習慣をつけましょう。

肥満タイプ

生活習慣病につながるおそれがあるので、体重を落とすとともに脂肪を減らす努力が必要です。まずは、食生活を見直してみましょう。これまであまり運動をしていなかった方は、急にハードな運動を始めるよりも、ウォーキングのような軽い運動をこつこつ続けることをおすすめします。

筋肉質タイプ

見た目は太めだけれど、脂肪は標準かそれ以下です。スポーツをよくする方や、運動量の多い仕事をされている方に多いタイプです。ただ、運動をやめた後もこのままの食生活を続けると運動量に対して摂取カロリーが高くなりすぎます。さらに、これまで蓄えた筋肉も脂肪に変化してしまいますし、肥満になってしまう可能性があります。運動量が減った場合には、少しずつ体重を減らしていきましょう。

骨レベルとは?

こんなかたは要チェック ☞ 骨を丈夫にしたい

体重のうち骨の重さが占める割合がどれくらいのレベルかを表示します。
骨レベルをチェックすることで、自分の骨の状態を知って食事や運動など生活習慣に気を配り、
いつまでも丈夫な骨の維持に役立てましょう。

骨が弱くなる原因

骨量は、加齢とともに減少していきます。

あなたは大丈夫？

チェック

- □ 運動不足である
- □ 出産経験がある
- □ 乳製品、小魚、海草はあまり食べない

数値が悪いとどうなるの？

骨には体を支える、カルシウムを蓄える、内臓・脳を保護するなどの役割があります。
数値が低い(1～4)と骨が弱りかけている可能性があります。

改善ポイント

積極的にカルシウムを摂取し、健康的な生活を心がけましょう。標準以上なら安心できる状態ですが、
骨をさらに丈夫にするためには、適度な運動も効果的です。規則正しい生活習慣をつづけましょう。

お手入れのしかた

●電極の汚れ

台所用洗剤(中性)をうすめて布にふくませ、
固く絞って軽くふき取ってください。

ベンジン、シンナー、アルコール、熱湯の使用や水洗いはしない

故障や変色の原因になります。

●保管するとき

・立てかけての保管はしないでください。
・長期保管されるときは、
乾電池を取り外してください。

次のような場所には保管しない

・高温のところ
・多湿のところ
・ほこりの多いところ
・化学薬品の保管場所
・ガスの発生する場所
・直射日光の当たるところ
・塩分、硫黄分の空気に触れるところ

故障の原因になります。

Q&A(よくあるご質問)

Q(質問)	A(回答)
どのようにして体脂肪をはかっていますか?	両足の間に微弱電流を流して体脂肪を推定しています。
どれぐらいの重さまではかれますか?	体重は136kgまではかれます。
子どもでも使えますか?	9才以下は、体重のみ測定できます。 10才〜17才以下は、体重と体脂肪率とBMIとバランス年齢のみ測定できます。 成長期の子どもは日々体の変化が大きいため、本来の体脂肪率と差がでることがあります。 年齢の登録は、10才から登録できますので9才以下の方で登録される場合は、10才で登録してください。(4ページ参照)
測定した体脂肪の値が変動するのですが?	水分摂取や入浴などにより体の水分量が変化すると、体脂肪の測定値が変動します。
体脂肪は、いつはかればよいのですか?	毎回同じ時間帯に測定してください。(4ページ参照)
肌が乾燥していてもはかれますか?	肌が乾燥していると正しく測れませんので、足を軽く湿らせてからはかってください。
体脂肪をはかるとき、「年齢」や「男」「女」を入力するのはどうしてですか?	「年齢」や「男」「女」により、体脂肪率の計算方法が異なりますので入力が必要です。
バランス年齢がばらつくのですが?	バランス年齢は、その時の疲労度や集中力などに影響を受けますので、条件が変わると、測定値も変化します。
充電式の電池は使えますか?	エボルタ単4形充電式電池も使用できます。

定格・仕様

<table>
<tr><td colspan="3">販売名</td><td>体組成バランス計EW-FA22</td></tr>
<tr><td colspan="3">電源</td><td>DC6V(単4形アルカリ乾電池LR03×4本)</td></tr>
<tr><td rowspan="12">表示</td><td rowspan="2">体重</td><td>100g単位</td><td>0～100kg まで</td></tr>
<tr><td>200g単位</td><td>100～136kg まで</td></tr>
<tr><td colspan="2">BMI</td><td>0.1～136.0</td></tr>
<tr><td colspan="2">体脂肪率</td><td>5.0～75.0%</td></tr>
<tr><td colspan="2">皮下脂肪率</td><td>5.0～60.0%</td></tr>
<tr><td colspan="2">内臓脂肪レベル</td><td>1～30</td></tr>
<tr><td colspan="2">基礎代謝</td><td>100～2999kcal/日</td></tr>
<tr><td colspan="2">筋肉レベル</td><td>1～10</td></tr>
<tr><td colspan="2">骨レベル</td><td>1～10</td></tr>
<tr><td colspan="2">バランス年齢</td><td>18～80才</td></tr>
<tr><td colspan="2">体組成年齢</td><td>18～80才</td></tr>
<tr><td rowspan="3">ユーザー
登録範囲</td><td colspan="2">年齢</td><td>10～80才</td></tr>
<tr><td colspan="2">性別</td><td>男／女</td></tr>
<tr><td colspan="2">身長</td><td>100～199.5cm</td></tr>
<tr><td rowspan="3">体重計精度</td><td colspan="2">68kgまで</td><td>±200g</td></tr>
<tr><td colspan="2">68kgを超え100kgまで</td><td>±300g</td></tr>
<tr><td colspan="2">100kgを超え136kgまで</td><td>±600g</td></tr>
<tr><td colspan="3">本体寸法</td><td>高さ 26mm × 幅 270mm × 奥行 260mm</td></tr>
<tr><td colspan="3">質量(電池を含まず)</td><td>約1400g</td></tr>
<tr><td colspan="3">輸入元</td><td>パナソニック株式会社
大阪府門真市大字門真1006</td></tr>
</table>

こんな異常を感じたら

エラー表示	考えられる原因	処置
U01、[電池マーク]と表示されている	乾電池が消耗している	●新しい乾電池に交換してください 8ページ参照
U11と表示される	足が電極に10秒以上接していない	●素足で正しく本体にのり、測定してください（それでもU11が表示される場合は軽く濡らしたタオルなどで、足裏をすこし湿らせてから測定してください） 4ページ、14ページ参照
U12と表示される	入力内容が間違っている（体脂肪率が0%、75%を超えていると表示します）	●ユーザーデータを登録しなおしてください 10ページ参照
U13と表示される	使用開始前から本体の上に物をのせている	●本体に何も置かず、再度電源を入れなおしてください 14ページ参照
	0.0kgの表示になる前に本体にのった	●再度電源を入れなおして、0.0kgの表示が出てから本体にのってください 14ページ参照
	0.0kgと表示される前に本体を動かした	●0.0kgの表示が出るまでは本体を動かさないでください
U14と表示される	測定中に体が動いている	●測定中は体を動かさないでください 14ページ参照
U15と表示される	体重が136kgを超えている	●ご使用できません
U17と表示される	バランス年齢測定中に本体に正しくのっていない	●正しくのって測定しなおしてください 14ページ参照

症状	考えられる原因	処置
電源ボタンを押しても何も表示しない	乾電池が消耗している	●新しい乾電池に交換してください 8ページ参照
	乾電池の⊕⊖の向きが間違っている	●乾電池の向きを確認してください 8ページ参照
体重しか表示されない	ユーザーデータを登録していない	●ユーザーデータを登録してください 10ページ参照
	体組成測定前にユーザー番号を選択していなかった	●ユーザー番号を選択してから再度測定しなおしてください 15ページ参照
測定値が異常に高い、または低い測定のたびに極端に値が違う	正しい姿勢で測定していない	●正しい姿勢で測定しなおしてください 14ページ参照
	じゅうたんなどの柔らかい床面や、凸凹のある床面の上で測らない	●木製床などの固めの水平の床において測定しなおしてください 4ページ、14ページ参照
	足裏が乾燥している	●軽く濡らしたタオルなどで、足裏をすこし湿らせてから測定してください 14ページ参照
	0.0kgが表示される前に本体にのったり動かした	●0.0kgが表示されるまでは、本体にのったり、動かしたりしないでください 14ページ参照

点検後なお異常がある

破損してしまった

F＊＊のエラー表示が出た場合
（＊＊には数字が入ります）

→ ただちに使用を中止

●お願い●
このような場合、事故防止のため必ず販売店または「修理ご相談窓口」にご相談ください。（30ページ）

保証とアフターサービス（よくお読みください）

使いかた・お手入れ・修理 などは

■まず、お買い求め先へ ご相談ください。

▼お買い上げの際に記入されると便利です

販売店名	
電　話	（　　　）　　－
お買い上げ日	年　月　日

修理を依頼されるときは

「こんな異常を感じたら」（29ページ）でご確認のあと、直らないときは、まず電池を抜いて、お買い上げ日と右の内容をご連絡ください。

●製品名	体組成バランス計
●品　番	EW-FA22
●故障の状況	できるだけ具体的に

●保証期間中は、保証書の規定に従ってお買い上げの販売店が修理させていただきますので、おそれ入りますが、製品に保証書を添えてご持参ください。

保証期間：お買い上げ日から本体 1 年間

●保証期間終了後は、診断をして修理できる場合はご要望により修理させていただきます。

※修理料金は次の内容で構成されています。

技術料	診断・修理・調整・点検などの費用
部品代	部品および補助材料代
出張料	技術者を派遣する費用

※補修用性能部品の保有期間 6年

当社は、この体組成バランス計の補修用性能部品（製品の機能を維持するための部品）を、製造打ち切り後6年保有しています。

■転居や贈答品などでお困りの場合は、次の窓口にご相談ください。

ご使用の回線（IP 電話やひかり電話など）によっては、回線の混雑時に数分で切れる場合があります。

●使いかた・お手入れなどのご相談は……

パナソニック お客様ご相談センター　365日 受付9時～20時

電話 フリーダイヤル 0120-878-365

※携帯電話・PHSからもご利用になれます。

●修理に関するご相談は……………………

パナソニック 修理ご相談窓口

電話 フリーダイヤル 0120-878-554

※携帯電話・PHSからもご利用になれます。

• 上記電話番号がご利用いただけない場合は、各地域の「修理ご相談窓口」におかけください。

【ご相談窓口におけるお客様の個人情報のお取り扱いについて】

パナソニック株式会社およびグループ関係会社は、お客様の個人情報をご相談対応や修理対応などに利用させていただき、ご相談内容は録音させていただきます。また、折り返し電話をさせていただくときのために発信番号を通知いただいております。なお、個人情報を適切に管理し、修理業務等を委託する場合や正当な理由がある場合を除き、第三者に開示・提供いたしません。個人情報に関するお問い合わせは、ご相談いただきました窓口にご連絡ください。

■各地域の修理ご相談窓口 ※電話番号をよくお確かめの上、おかけください。

• 地区・時間帯によって、集中修理ご相談窓口に転送させていただく場合がございます。

地区	拠点	電話番号	所在地
北海道地区	札 幌	☎ (011)894-1251	札幌市厚別区厚別南2丁目17-7
	旭 川	☎ (0166)22-3011	旭川市2条通16丁目1166
	帯 広	☎ (0155)33-8477	帯広市西20条北2丁目23-3
	函 館	☎ (0138)48-6631	函館市西桔梗589番地241（函館流通卸センター内）
東北地区	青 森	☎ (017)775-0326	青森市大字浜田字豊田364
	秋 田	☎ (018)868-7008	秋田市外旭川字小谷地3-1
	岩 手	☎ (019)645-6130	盛岡市厨川5丁目1-43
	宮 城	☎ (022)387-1117	仙台市宮城野区扇町7-4-18
	山 形	☎ (023)641-8100	山形市平清水1丁目1-75
	福 島	☎ (024)991-9308	郡山市亀田1丁目51-15
首都圏地区	栃 木	☎ (028)689-2555	宇都宮市上戸祭3丁目3-19
	群 馬	☎ (027)254-2075	前橋市箱田町325-1
	茨 城	☎ (029)864-8756	つくば市筑穂3丁目15-3
	埼 玉	☎ (048)728-8960	桶川市赤堀2丁目4-2
	千 葉	☎ (043)208-6034	千葉市中央区末広5丁目9-5
	東 京	☎ (03)5477-9700	東京都世田谷区宮坂2丁目26-17
	山 梨	☎ (055)222-5822	甲府市宝1丁目4-13
	神奈川	☎ (045)847-9720	横浜市港南区日野5丁目3-16
	新 潟	☎ (025)286-0180	新潟市東区東明1丁目8-14
中部地区	石 川	☎ (076)280-6608	金沢市玉鉾2丁目266番地
	富 山	☎ (076)424-2549	富山市根塚町1丁目1-4
	福 井	☎ (0776)21-0622	福井市問屋町2丁目14
	長 野	☎ (0263)86-9209	松本市寿北7丁目3-11
	静 岡	☎ (054)287-9000	静岡市駿河区高松2丁目24-24
	愛 知	☎ (052)819-0225	名古屋市瑞穂区塩入町8-10
	岐 阜	☎ (058)278-6720	岐阜市中鶉4丁目42
	三 重	☎ (059)254-5520	津市久居野村町字山神421
近畿地区	滋 賀	☎ (077)582-5021	守山市水保町1166番地の1
	京 都	☎ (075)646-2123	京都市南区上鳥羽中河原3番地
	大 阪	☎ (06)7730-8888	大阪市城東区関目2丁目15-5
	奈 良	☎ (0743)59-2770	大和郡山市筒井町800番地
	和歌山	☎ (073)475-2984	和歌山市中島499-1
	兵 庫	☎ (078)796-3140	神戸市須磨区弥栄台3丁目13-4
中国地区	鳥 取	☎ (0857)26-9695	鳥取市安長295-1
	米 子	☎ (0859)34-2129	米子市米原4丁目2-33
	松 江	☎ (0852)23-1128	松江市平成町182番地14
	出 雲	☎ (0853)21-3133	出雲市渡橋町416
	浜 田	☎ (0855)22-6629	浜田市下府町327-93
	岡 山	☎ (086)242-6236	岡山市北区野田3丁目20番8号
	広 島	☎ (082)295-5011	広島市西区南観音1丁目13-5
	山 口	☎ (083)973-2720	山口市小郡下郷220-1
四国地区	香 川	☎ (087)874-3110	高松市国分寺町国分359番地3
	徳 島	☎ (088)624-0253	徳島市沖浜2丁目36
	高 知	☎ (088)834-3142	高知市仲田町2-16
	愛 媛	☎ (089)905-7544	愛媛県伊予郡砥部町八倉75-1
九州地区	福 岡	☎ (092)593-8002	春日市春日公園3丁目48
	佐 賀	☎ (0952)26-9151	佐賀市鍋島町大字八戸字上深町3044
	長 崎	☎ (095)830-1658	長崎市東町1919-1
	大 分	☎ (097)556-3815	大分市萩原4丁目8-35
	宮 崎	☎ (0985)63-1213	宮崎市本郷北方字草葉2099-2
	熊 本	☎ (096)367-6067	熊本市健軍本町12-3
	鹿児島	☎ (099)250-5657	鹿児島市与次郎1丁目5-33
	大 島	☎ (0997)53-5101	奄美市名瀬朝仁町11-2
沖縄地区	沖 縄	☎ (098)877-1207	浦添市城間4丁目23-11

所在地、電話番号は変更になることがありますので、あらかじめご了承ください。
最新の「各地域の修理ご相談窓口」はホームページをご活用ください。http://panasonic.co.jp/cs/service/area.html 0511

会員サイト「CLUB Panasonic」で「ご愛用者登録」をしてください

PC http://club.panasonic.jp/ 携帯

※このサービスはWEB限定のサービスです。

●使いかた・お手入れなどのご相談は…

パナソニック 総合お客様サポートサイト

http://panasonic.co.jp/cs/

パナソニック お客様ご相談センター 365日 受付9時～20時

電話 フリーダイヤル 0120-878-365 ※携帯電話・PHSからもご利用になれます。

音声ガイダンスを短くするには、案内が聞こえたら電話機ボタンの「87」と「540＃」を押してください。

（番号を押しても案内が続く場合は、「＊」ボタンを押してから操作してください。）

■上記番号がご利用いただけない場合 06-6907-1187

■FAX フリーダイヤル 0120-878-236

Help desk for foreign residents in Japan Tokyo (03) 3256-5444 Osaka (06) 6645-8787

Open : 9:00 - 17:30 (closed on Saturdays/Sundays/national holidays)

※上記の内容は、予告なく変更する場合があります。ご了承ください。

●修理に関するご相談は…

パナソニック 修理サービスサイト

http://club.panasonic.jp/repair/

インターネットでのご依頼も可能です。

パナソニック 修理ご相談窓口

電話 フリーダイヤル 0120-878-554 ※携帯電話・PHSからもご利用になれます。

• 上記電話番号がご利用いただけない場合は、各地域の「修理ご相談窓口」におかけください。

・有料で宅配便による引取・配送サービスも承っております。

ご使用の回線（IP電話やひかり電話など）によっては、回線の混雑時に数分で切れる場合があります。
本書の「保証とアフターサービス」もご覧ください。

パナソニック株式会社 ビューティ・リビングビジネスユニット

〒522-8520 滋賀県彦根市岡町33番地 TEL 0749-26-7890

〈キリトリ線〉

〈無料修理規定〉

1. 取扱説明書、本体貼付ラベル等の注意書に従った使用状態で保証期間内に故障した場合には、無料修理をさせていただきます。
   (イ) 無料修理をご依頼になる場合には、商品に取扱説明書から切り離した本書を添えていただきお買い上げの販売店にお申しつけください。
   (ロ) お買い上げの販売店に無料修理をご依頼にならない場合には、お近くの修理ご相談窓口にご連絡ください。
2. ご転居の場合の修理ご依頼先等は、お買い上げの販売店またはお近くの修理ご相談窓口にご相談ください。
3. ご贈答品等で本保証書に記入の販売店で無料修理をお受けになれない場合には、お近くの修理ご相談窓口へご連絡ください。
4. 保証期間内でも次の場合には原則として有料にさせていただきます。
   (イ) 使用上の誤り及び不当な修理や改造による故障及び損傷
   (ロ) お買い上げ後の取付場所の移設、輸送、落下などによる故障及び損傷
   (ハ) 火災、地震、水害、落雷、その他天災地変及び公害、塩害、ガス害(硫化ガスなど)、異常電圧などによる故障及び損傷
   (ニ) 車両、船舶等に搭載された場合に生ずる故障及び損傷
   (ホ) 一般家庭用以外(例えば業務用など)に使用された場合の故障及び損傷
   (ヘ) 本書のご添付がない場合
   (ト) 本書にお買い上げ年月日、お客様名、販売店名の記入のない場合、あるいは字句を書き替えられた場合
   (チ) 持込修理の対象商品を直接修理窓口へ送付した場合の送料等はお客様の負担となります。また、出張修理等を行った場合には、出張料はお客様の負担となります。
5. 本書は日本国内においてのみ有効です。
6. 本書は再発行いたしませんので大切に保管してください。
7. お近くのご相談窓口は取扱説明書の保証とアフターサービス欄をご参照ください。
   (ご相談窓口一覧表を同梱の場合)
   お近くのご相談窓口は同梱別紙の一覧表をご参照ください。

修理メモ

※ お客様にご記入いただいた個人情報(保証書控)は、保証期間内の無料修理対応及びその後の安全点検活動のために利用させていただく場合がございますのでご了承ください。
※ この保証書は、本書に明示した期間、条件のもとにおいて無料修理をお約束するものです。従ってこの保証書によって、保証書を発行している者(保証責任者)、及びそれ以外の事業者に対するお客様の法律上の権利を制限するものではありませんので、保証期間経過後の修理についてご不明の場合は、お買い上げの販売店またはお近くの修理ご相談窓口にお問い合わせください。
※ 保証期間経過後の修理や補修用性能部品の保有期間については取扱説明書の「保証とアフターサービス」をご覧ください。
※ This warranty is valid only in Japan.

Panasonic　　　　持込修理

体組成バランス計保証書

本書はお買い上げの日から下記期間中故障が発生した場合には、本書裏面記載内容で無料修理を行うことをお約束するものです。ご記入いただきました個人情報の利用目的は本票裏面に記載しております。お客様の個人情報に関するお問い合わせは、お買い上げの販売店にご連絡ください。詳細は裏面をご参照ください。

品　番	EW-FA22
保証期間	お買い上げ日から 本体 [illegible]年間
※お買い上げ日	年　　月　　日
※お客様	ご住所 お名前　　　　様 電　話　（　　）　—
※販売店	住所・販売店名 電話　（　　）　—

パナソニック株式会社　ビューティ・リビングビジネスユニット

〒522-8520 滋賀県彦根市岡町33番地　TEL 0749-26-7890

ご販売店様へ　※印欄は必ず記入してお渡しください。